

Утверждаю:
ИП Горобец О.С.




Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО
Е.М. Магарямова

МЕНЮ №1
на « 19 » ноября 2020 г.
(9 день) четверг

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Биточки (мясо птицы)	80	9	9,8	12	181	20,00
Макароны отварные	150	8,35	4	33,8	265,1	14,00
Хлеб пшеничный	40	2	1	14	75	2,00
Какао на молоке	200	4	2	27	124	8,00
Свекла отварная	30	0,81	4,7	20,6	54,96	6,00
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Биточки (мясо птицы)	100	8	12	15	228	26,50
Макароны отварные	180	9,4	5,5	40	269	27,00
Хлеб пшеничный	50	4,22	5,5	27,4	124	2,50
Какао на молоке	200	4	2	17	124	8,00
Свекла отварная	30	0,81	4,7	20,6	54,96	6,00
Завтрак (ОВЗ)						
Биточки (мясо птицы)	100	8	12	15	228	20,00
Макароны отварные	180	9,4	5,5	40	269	14,00
Хлеб пшеничный	40	4,22	5,45	27,4	124,3	2,00
Какао на молоке	200	4	2	17	124	8,00
Свекла отварная	30	0,81	4,7	20,6	54,96	5,00
Обед (ОВЗ)						
Щи из свежей капусты	200	8	12	15	228	23,80
Печень тушенная	80	13	12	13,7	221	24,70
Рис отварной	150	5,82	9,74	32	258	14,00
Компот из сухофруктов	200	0,04		14,6	94,2	10,00
Хлеб пшеничный	60	4,22	5,45	27,39	124,3	2,00

Утверждаю:
ИП Горобец О.С



Директор МБОУ «СОШ №12» ПГО
Е.М. Магарламова



МЕНЮ №2
на « 19 » ноября 2020 г.
(9 день) четверг

Наименование блюда	Выход готового блюда	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	к/кал	Цена
Горячий Завтрак 1-4 кл.						
Плов с курицей	160	15	17	36	397	32,00
Хлеб пшеничный	40	3	0	14	79	2,00
Чай с лимоном	200	1,6	1,8	24,2	69	6,00
Огурец свежий	30	0	0	6	14	10,00
Второй завтрак 1-4 кл.						
Молоко	200					20,00
Горячий Завтрак 5-11 классы						
Плов с курицей	180	17	19	36	471	51,50
Хлеб пшеничный	50	4	5	27	124	2,50
Чай с лимоном	200	1,6	1,8	24,2	69	6,00
Огурец свежий	30	0	0	4	8	10,00
Завтрак (ОВЗ)						
Плов с курицей	180	17	19	36	471	32,00
Хлеб пшеничный	40	4	5	27	124	2,00
Чай с лимоном	200	1,6	1,8	24,2	69	6,00
Огурец свежий	30	0	0	4	8	10,00
Обед (ОВЗ)						
Щи из свежей капусты	250	8,00	4,00	37,00	254,00	23,80
Печень тушенная	80	13	12	13,68	221	24,70
Рис отварной	150	5,82	9,74	32	258	14,00
Компот из сухофруктов	200	0,04		14,6	94,2	10,00
Хлеб пшеничный	50	4,22	5,45	27,39	124,3	2,00